

CDC Vital Signs

Consumo de alcohol en atracón en las mujeres y adolescentes (Binge Drinking Among Women and Girls)

Este programa es una presentación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

A pesar de los graves riesgos, millones de mujeres y niñas adolescentes consumen alcohol en atracón. Más de 21,000 mueren anualmente a consecuencia del consumo excesivo de alcohol. En las mujeres, se define el consumo de alcohol en atracón como beber cuatro o más tragos en un periodo corto.

Cerca de 1 de cada 8 mujeres y 1 de cada 5 estudiantes de escuela secundaria superior consumen alcohol en atracón. En promedio, las mujeres consumen unos seis tragos por atracón de alcohol. Esto hace que las mujeres y adolescentes tengan un riesgo más alto de cáncer de mama, agresiones sexuales, enfermedades cardíacas y embarazos no planeados. El consumo de alcohol en atracón durante el embarazo puede ocasionar abortos espontáneos, síndrome de muerte súbita infantil y trastornos del espectro alcohólico fetal. La mayoría de las personas que consumen alcohol en atracón *no tienen dependencia al alcohol*.

Las Guías alimentarias para los estadounidenses recomiendan que las personas que consuman alcohol lo hagan en moderación, es decir hasta 1 bebida al día para las mujeres y 2 para los hombres. Las mujeres embarazadas y los menores de edad no deben beber en lo absoluto.

Para obtener información adicional, visite [cdc.gov/vitalsigns](https://www.cdc.gov/vitalsigns).

Para obtener la información de salud más precisa visite www.cdc.gov/español o llame al 1-800-CDC-INFO, es decir, 1-800-232-4636.